



# Berger

---



## Berger VP Body Slim

EN MANUAL INSTRUCTION

CZ NÁVOD K OBSLUZE

PL INSTRUKCJA UŻYTKOWANIA

УКР ІНСТРУКЦІЯ З ВИКОРИСТАННЯ

---

[www.ds-exim.cz](http://www.ds-exim.cz) / [www.ds-exim.com](http://www.ds-exim.com)



The ensure proper operation of the Product, please read this USER MANUAL carefully before using, and pay special attention to the safety precautions.

## Contents

Safety Precautions.....	2
Function of the Product.....	3
Programs.....	4
Function of Controller .....	5
Using Method.....	6
Moving Method.....	7
Cleaning and Maintenance.....	7
Common Problems and Solutions.....	7
Technical Specification .....	7

## Safety Precautions

Environment for use

Do not use the Product in humid or dusty environment to avoid electric shock or breakdown of the mechanical parts.

Do not use the Product when indoor temperature is over 40°C.

Do not use the Product in the open air or under the direct sunlight.

Please use the Product on flat floor.

**Please wait for one hour before using the Product when it is moved from low to high temperature, so as to prevent water vapor from condensing on the machine and resulting in any failure.**

People under these conditions below are not suggested to use the Product

It is strongly advised to consult your doctor before use

Patients who are under treatment or feel not good;

Patients with malignant tumor;

Pregnant women or women in menstrual period;

People with heart disease;

Osteoporosis patients;

People with heart pacemaker or other medical electronic instrument implanted;

People with artificial limb;

People who are sensitive to vibration and strenuous exercise.

Notices during Operation

Before use, please undress watch, bangle, call phone or other valuable objects, and keys, knife or other incisive objects, so as to avoid damage or body injury.

Do not smoke while using the Product.

Please do not use the Product together with other medical equipments.

Please do not use the Product for medical treatment purpose.

Do not use the Product right after a meal or drink.

During use, please keep child or pet away from the Product. It is forbidden to put fingers or other foreign bodies into the gap between the middle cover and base cover.

Supervision is needed for child under 10 years and the aged over 60 years during using the Product.

The load capability of the Product is 150 KGS; people over this weight are not suggested to use the Product.

This product is only limited for one- person use.

**WARNING**

Unauthorized dismantle, disassembly or renovation is not allowed to prevent electrical shock or any malfunctions. Please contact manufacture or local dealer immediately if there is any service work needed.

Stop using the Product under the Product under below conditions, then power off and remove the plug from power supply.

Water or other liquid is accidentally splashed onto the Product or controller.

Any accesories is found damaged or internal component is exposed.

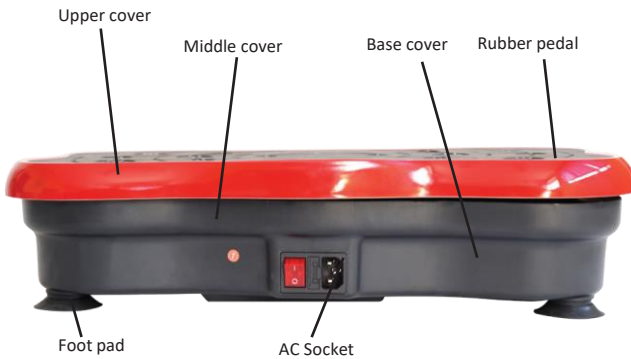
Feel abnormal or severe pain during use.

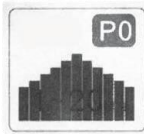
Power failure.

Thundering or lighting weather.

**Plug and power cord**

Check if the voltage complies with the one specified for the Product. Do not retract the power plug with wet hand to prevent electric shock. Hold the plug rather than the power cord to pull out the power cord. Turn off the power switch and remove the plug from the power supply in case of electrical failure or not in use for a long time. Stop using the Product if the power card has any damage, turn off the ower switch, pull out the plug, and contact technicians for repair.

**Function of the Product**



**P0** - abdomen stretching



**P1** - relax stretching



**P2** - gentle movement stretching



**P3** - running stretching



**P4** - jogging stretching



**P5** - fast walking stretching



**P6** - walking stretching



**P7** - average stretching



**P8** - high level stretching



**P9** - heart stretching



**START/ STOP:** Insert the power plug, switch on power, then press the buton to start the product. In the operation of the machine, press this buton to stop working.

**TIME-:** Time decrease: the default working time is 10 minutes, divided into 10 levels, press this button to decrease time.

**Speed+:** Speed increase: Manual 1-20. Press this button to increase the speed when the machine is operating.









**TIME+:** Time increase: the default working time is 10 minutes, divided into 10 levels, press this button to increase time.

**SPEED-:** Speed decrease: Manual 1-20. Press this button to decrease the speed when the machine is operating.



**Note:** The effective reception range of the remote control signal is 2,5 meters, the infrared emission indicator of the controller should be aligned the infrared receiving window on the product.

## Use method

			
<p><b>WHOLE- BODY- EXERCISE POSTURE:</b> Stand on the plate and stretch your feet like as wide as your shoulders. This will help improve overall circulation and muscle tone.</p>	<p><b>SQUAT POSTURE:</b> Stretch your legs as wide as your shoulders when squatting and bend your knees down to 90 degrees if you can and hold the position. This is great for a thigh workout.</p>	<p><b>PRESS-UP POSTURE:</b> Stretch your arms as wide as your shoulders. If you wish to exercise the muscles more, bend your elbows to 90 degrees and hold this position.</p>	<p><b>LOWER LEGS POSTURE:</b> Put your lower legs as shown on the plate with your hands supporting behind you on the ground. For a deeper exercise, raise your seat off the floor and press down on your calves.</p>
			
<p><b>WAIST BEND POSTURE:</b> Stretch your legs, bend at the waist and put your hands on the plate. Bend your elbows for a deeper exercise.</p>	<p><b>SINGLE-FOOT POSTURE:</b> Put one foot on the pedal and relax yourself. For a deeper exercise, lunge forward, placing more body weight on the plate.</p>	<p><b>SITTING POSTURE I:</b> Sit with your buttocks on the oscillating plate. Sit comfortably, keeping your back straight.</p>	<p><b>SITTING POSTURE II:</b> Put your legs on the plate when sitting on a chair. This is a great way to ease tension and can help to improve circulation in the legs.</p>

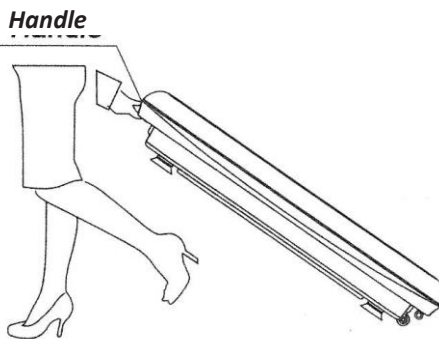
## Function and features

**Body beauty:** by reposeful and high- frequency vibration and sway, combined with various exercise postures , this machine can deeply stimulate muscle tissue, lower fat accumulation, rehabilitate elasticity of muscle, sculpture beautiful body shape, then make users vitalized and feel confident.

**Exercise:** Borrow health and fitness ideas from Chinese traditional culture like Kung Fu, Buddhism, Taoism, it advocates passive exercise, which allow you to exercise indor in a relatively static manner to get mind and body relaxed, pain and soreness relived, fatigue swept away, inner circulation improved, then make you stronger and healthier.

## Moving method

Handle - Two handles are designed on both ends of the middle cover. When moving the Product, lift the end opposite of the castor, grasp the handle and move the Product to the desired place.



## Storage and maintenance surface cleaning

Before cleaning, ensure the power switch is turned off, and the attaching plug is pulled out of the socket. The rubber pedal and covers can be cleaned with a wet cloth containing detergent, and the detergent should be removed with a cloth.



**NOTICE:** Do not clean the product with corrosive detergent such as benzene or thinner, as it may cause fading, corrosion or crack on the Product. Do not splash water into the product to avoid short circuit.

### CONTROLLER

As wet cloth may cause malfunction of the controller, only dry cloth can be used.

## Storage and maintenance

Make sure that the power switch is turned off and the plug is removed from the power supply. Clean off the dust and dirt on the Product and keep it clean and away from places with high temperature or high humidity.

If the Product is not in use for a long period, a dustproof cover (but it yourself) should be applied on the Product to prevent the entry of dust.

## Common problems & Solutions

1. Emergency stop: Led on console shows "Er-3", Led on PCB flashes three Times.
2. Connection error: Led on console shows "ER-4", Led on PCB flashes four Times.
3. Electron power tube damage: Led on console shows "ER-5", Led on PCB flashes five Times.
4. Current Overload: Led on console shows "ER-6", Led on PCB flashes six Times.
5. Engineer abnormality: Led on console shows "ER-7", Led on PCB flashes seven Times.
6. Blocked Engineer: Led on console shows "ER-8", Led on PCB flashes eight Times.
7. Low voltage: Led on console shows „ER-9“, Led on PCB flashes nine Times.

## Technical specification

Rated voltage: 220-240 VAC 100-120 VAC

Rated power: 200 W

Rated frequency: 50/60 Hz

Maximum user weight: 150 kg

**!** Za účelem zajištění správné funkčnosti výrobku se, před jeho používáním, důkladně seznamte s NÁVODEM K OBSLUZE, přičemž věnujte zvláštní pozornost bezpečnostním opatřením.

## Obsah

Bezpečnostníopatření.....	8
Funkce výrobku.....	9
Pořady.....	10
Funkce ovládače.....	11
Způsob použití.....	12
Způsob přenášení.....	13
Čištění a údržba.....	13
Často vyskytující se problémy a způsoby jejich řešení.....	13
Technická specifikace.....	13

## Bezpečnostní opatření

Produkt nepoužívejte ve vlhkém nebo prašném prostředí, ve kterém by mohlo dojít k úrazu elektrickým proudem nebo k poškození mechanických částí.

Nepoužívejte výrobek, pokud teplota uvnitř místnosti přesahuje 40 °C.

Nepoužívejte výrobek venku nebo tam, kde by byl vystaven přímému působení slunečních paprsků.

Výrobek postavte na rovný povrch.

**Po přemístění výrobku z prostředí s nízkou teplotou do prostředí s teplotou vysokou počkejte hodinu, aby nedošlo ke vzniku kondenzace vodní páry na zařízení, což by mohlo vést k jeho selhání.**

### Těmto osobám nedoporučujeme výrobek používat

(Před použitím výrobku doporučujeme konzultaci s lékařem.)

Osobám podstupujícím léčbu nebo osobám, které se necítí dobře;

Osobám se zhoubnými nádory;

Těhotným ženám nebo ženám během menstruace;

Osobám se srdečními chorobami;

Pacientům s osteoporózou;

Osobám s implantovaným kardiostimulátorem nebo jiným elektronickým lékařským zařízením;

Osobám s protézami končetin;

Osobám citlivým na otřesy nebo vyčerpávající fyzická cvičení.

### Poznámky týkající se využívání zařízení

Před použitím výrobku si sundejte hodinky, náramky, odložte mobilní telefon a jiné cenné předměty, ale také klíče, nože a ostré předměty, abyste předešli poškození zařízení nebo úrazu.

Během využívání výrobku nekuřte cigarety.

Nepoužívejte zařízení současně s jiným lékařským zařízením.

Výrobek není možné používat k léčebným účelům.

Nepožívejte výrobek bezprostředně po jídle nebo pití.

Během používání chraňte zařízení před kontaktem s dětmi a zvířaty. Nevkládejte prsty ani jiné předměty do mezer mezi středovým krytem a krytem základny.

Děti mladší 10 let a osoby starší 60 let by měly výrobek používat pod dozorem jiné osoby.

Nosnost výrobku je 150 kg; osobám s vyšší hmotností nedoporučujeme výrobek používat.

Výrobek je určen k užívání jednou osobou.



## UPOZORNĚNÍ

Samostatná demontáž a opravy, které by mohly vést k úrazu elektrickým proudem nebo k poruše zařízení, jsou zakázány. Pokud je údržba nezbytná, pak neodkladně kontaktujte výrobce nebo lokálního dodavatele zařízení.

Produkt byste měli přestat používat pokud se vyskytnou níže popsané okolnosti. Dále odpojte napájecí zdroj a vytáhněte zástrčku z kontaktu.

Případné potřísnění vodou nebo jinou tekutinou zařízení nebo ovládacího panelu.

Objevení poškození jakéhokoli příslušenství nebo vnitřního dílu.

Neobvyklá reakce organismu nebo pocit silné bolesti během tréninku.

Výpadek napájení.

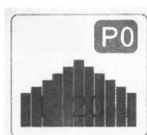
Bouře nebo blesky.

## Zástrčka a napájecí kabel

Je potřeba zkontrolovat, zda napětí odpovídá požadovanému napětí na výrobku. Je zakázáno vytahovat zástrčku mokrou rukou, neboť by mohlo dojít k úrazu elektrickým proudem. Během vytahování ze zásuvky tahejte za zástrčku a ne za kabel. Odpojte napájecí zdroj a odpojte napájecí kabel v případě delšího výpadku napájení. Přestaňte používat zařízení, pokud došlo k poškození napájecí karty. Vypněte tlačítko napájení, vytáhněte zástrčku a obraťte se na technický servis za účelem opravy.

## Funkce výrobku





**P0** - protahování břišních svalů



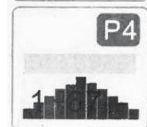
**P1** - relaxační rozcvička



**P2** - jemné protahovací pohyby



**P3** - běžecká rozcvička



**P4** - rozcvička při joggingu



**P5** - rozcvička při rychlé chůzi



**P6** - rozcvička při chůzi



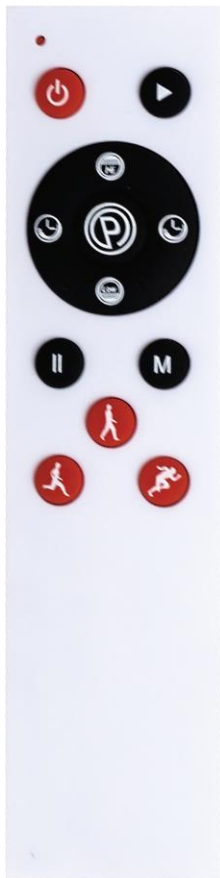
**P7** - středně intenzivní rozcvička



**P8** - intenzivní rozcvička



**P9** - trénink srdce



**START/ STOP:** Za účelem spuštění produktu vložte zástrčku do sítě, zapněte napájení a stiskněte tlačítko. Stisknutí tohoto tlačítka během provozu způsobí zastavení tohoto zařízení.

**TIME-** Zkrácení doby tréninku: zadaná doba tréninku je 10 minut, rozdělená na 10 úrovní. Za účelem zkrácení této doby stiskněte toto tlačítko.

**Speed+** Zvýšení rychlosti: Ručně 1-20. Za účelem zvýšení rychlosti během provozu zařízení, stiskněte toto tlačítko.









**TIME+** Prodloužení doby tréninku: zadaná doba tréninku je 10 minut, rozdělená na 10 úrovní. Za účelem prodloužení této doby stiskněte toto tlačítko.

**SPEED-** Snížení rychlosti: Ručně 1-20. Za účelem snížení rychlosti během provozu zařízení, stiskněte toto tlačítko.



**Pozor:** Efektivní dosah ovladače je 2,5 metru. IR indikátor řídicího panelu by měl být nasměrován na okénko pro příjem infračerveného signálu výrobku.

## Způsob užívání

			
<p><b>POSTOJ PRO TRÉNINK CELÉHO TĚLA:</b> Postavte se na desku, chodidla mějte rozkročená na šíři ramen. Umožňuje to zlepšení krevního oběhu a tonizaci svalů.</p>	<p><b>DŘEPY:</b> V dřepu rozkročte chodidla do vzdálenosti ramen. Pokud můžete, ohněte kolena pod úhlem 90 stupňů a setrvejte v této pozici. Tato pozice je ideální pro trénink stehen.</p>	<p><b>KLIKY:</b> Rozestavte dlaně do šíře ramen. Pokud potřebujete intenzivnější trénink svalů, ohněte lokty pod úhlem 90 stupňů a v této pozici setrvejte.</p>	<p><b>DOLNÍ PARTIE NOHOU:</b> Položte dolní partii nohou na desku dle obrázku a opírejte se o ruce, které jsou za zády. Pokud potřebujete intenzivnější trénink, zvedněte hýždě z podlahy a sedněte si na lýtka.</p>
			
<p><b>PŘEDKLON:</b> Roztáhněte nohy, předkloňte se a položte dlaně na desku. Ohněte lokty, pokud potřebujete intenzivnější trénink.</p>	<p><b>STÁNÍ NA JEDNÉ NOZE:</b> Postavte jedno chodidlo na pedál a uvolněte se. Pokud potřebujete intenzivnější trénink, nakloňte se dopředu a přeneste váhu těla na desku.</p>	<p><b>POZICE VSEDĚ I:</b> Sedněte si hýžděmi na oscilující desku. Sedněte si pohodlně s narovnanými zády.</p>	<p><b>POZICE VSEDĚ II:</b> Postavte chodidla na desku a přitom sedněte na židli. Jedná se o výborný způsob na uvolnění a zlepšení krevního oběhu v nohách.</p>

## Funkce a vlastnosti

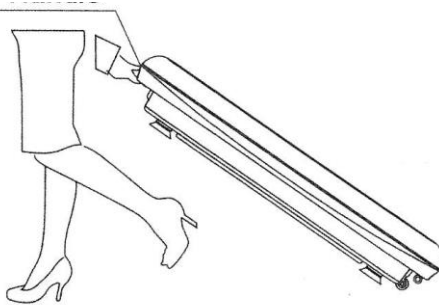
**Tvarování postavy:** využití relaxačních masáží a houpání o vysoké frekvenci ve spojení s různými tréninkovými pozicemi, může zařízení hloubkově stimulovat svalovou tkáň za účelem snížení množství nahromaděné tukové tkáně, navrácení pružnosti svalům, vytvarování pěkné postavy a dodání energie a sebejistoty uživatelům.

**Čviky:** S využitím čínské kultury, co do péče o zdraví a kondici, v souladu s pravidly Kung Fu, budhismu, taoismu, se zařízení opírá o pasivní trénink a umožňuje trénink doma relativně statickým způsobem, což vede k relaxaci mysli a těla, uvolnění bolesti, eliminaci únavy a zlepšení krevního oběhu. Ve výsledku dochází k získávání síly a zpevnění zdraví.

## Způsob přenášení zařízení

Na obou koncích středového krytu se nacházejí držadla. Během přenášení zařízení zvedněte konec nacházející se naproti kruhového systému, chytněte jej za držadlo a přeneste zařízení na požadované místo.

Držák



## Přechovávání a údržba povrchu

Před čištěním se ujistěte, že je napájení odpojeno a zástrčka je vytáhnuta ze zdířky.

Gumový pedál a kryty můžete čistit hadříkem zvlhčeným čistícím prostředkem, přemíru čistícího prostředku odstraňte hadříkem.

**!** **POZOR:** Je zakázáno čistit zařízení prostředky způsobujícími korozi, jako benzen nebo ředidlo, které mohou způsobit odbarvení, korozi nebo praskání produktu. Vyhýbejte se potřísnění zařízení vodou, které by mohlo vést ke zkratu.

OVLÁDACÍ PANEL Z důvodu, že může použít vlhkého hadříku vést k poruchám zařízení, používejte k čištění ovládacího panelu pouze suchý hadřík.

## Přechovávání a údržba

Před čištěním se ujistěte, že je napájení odpojeno a zástrčka je vytáhnuta ze zdířky.

Z produktu odstraňte prach a špínu. Produkt by měl být přechováván čistý mimo dosah míst s vysokými teplotami a vysokou vlhkostí.

V případě nepoužívání zařízení po delší dobu, by na něj měla být dána pylová ochrana (k zakoupení uživatelem), chránící před přístupem prachu a pylu.

## Časté problémy a jejich řešení

1. Nouzové zastavení: LED displej zobrazuje „ER-3“. LED na displeji blikne třikrát.
2. Chyba spojení: LED displej zobrazuje „ER-4“. LED na displeji blikne čtyřikrát.
3. Poškození napájecího kabelu: LED displej zobrazuje „ER-5“. LED na displeji blikne pětikrát.
4. Přetížení el.proudem: LED displej zobrazuje „ER-6“. LED na displeji blikne šestkrát.
5. Porucha motoru: LED displej zobrazuje „ER-7“. LED na displeji blikne sedmkrát.
6. Zablokovaný motor: LED displej zobrazuje „ER-8“. LED na displeji blikne osmkrát.
7. Nízké napětí: LED displej zobrazuje „ER-8“. LED na displeji blikne devětkrát.

## Technická specifikace

Jmenovité napětí: 220-240 VAC 100-120 VAC

Jmenovitý výkon: 200 W

Jmenovitá frekvence: 50/60 Hz

Maximální hmotnost uživatele: 150 kg



W celu zapewnienia właściwego działania produktu, przed rozpoczęciem jego użytkowania należy dokładnie zapoznać się z niniejszą INSTRUKCJĄ UŻYTKOWNIKA, zwracając szczególną uwagę na środki ostrożności.

## Spis treści

Środkiostróżności.....	14
Funkcjaproduktu.....	15
Programy .....	16
Funkcja pilota.....	17
Sposób użytkowania.....	18
Sposób przestawiania.....	19
Czyszczenie i konserwacja. ....	19
Często spotykane problemy i metody ich rozwiązania. ....	19
Specyfikacja techniczna.....	19

## Środki ostrożności

Środowisko użytkowania.

Produktu nie należy użytkować w środowisku wilgotnym lub zakurczonym, w którym mogłoby dojść do porażenia prądem lub uszkodzenia części mechanicznych.

Nie należy korzystać z produktu, jeżeli temperatura wewnątrz pomieszczenia przekracza 40 °C.

Nie należy korzystać z produktu na świeżym powietrzu lub bezpośredniej ekspozycji na działanie promieni słonecznych.

Produkt należy ustawić na płaskiej powierzchni.

**Po przeniesieniu produktu z otoczenia o niskiej temperaturze do otoczenia o wysokiej temperaturze należy odczekać godzinę, aby zapobiec zbieraniu się pary wodnej z kondensacji na maszynie, co może prowadzić do awarii.**

Odradza się używanie produktu przez następujące osoby:

*(Zaleca się konsultację z lekarzem przed użyciem produktu)*

Osobom w trakcie leczenia lub osobom, które źle się czują;

Osobom chorującym na nowotwory złośliwe;

Kobietom w ciąży lub w czasie menstruacji;

Osobom z chorobami serca;

Pacjentom z osteoporozą;

Osobom z wszczepionym rozrusznikiem serca lub innym elektronicznym przyrządem medycznym;

Osobom z protezami kończyn;

Osobom wrażliwym na drgania lub wyczerpujące ćwiczenia fizyczne.

Uwagi dotyczące eksploatacji

Przed użyciem produktu należy zdjąć zegarek, bransoletki, odłożyć telefon komórkowy i inne cenne przedmioty, a także klucze, noże lub inne ostre przedmioty, aby uniknąć uszkodzenia maszyny lub kontuzji.

W czasie korzystania z produktu nie należy palić papierosów.

Nie należy korzystać z produktu jednocześnie z innym sprzętem medycznym.

Produktu nie należy wykorzystywać do celów leczniczych.

Nie należy korzystać z produktu bezpośrednio po jedzeniu lub piciu.

W czasie użytkowania należy chronić produkt przed dostępem dzieci lub zwierząt. Zabrania się wkładania palców lub innych przedmiotów w przerwę pomiędzy osłoną środkową a osłoną podstawy.

Dzieci poniżej 10 roku życia i osoby powyżej 60 roku życia powinny korzystać z produktu pod nadzorem.

Udźwig produktu wynosi 150 kg; osobom o większej wadze odradza się korzystanie z produktu.

Produkt przeznaczony jest do użytku przez jedną osobę.

## ! OSTRZEŻENIE

Zabrania się samodzielnego demontażu i napraw, które mogą prowadzić do porażenia prądem lub spowodować usterki w działaniu urządzenia. Jeżeli niezbędne są czynności konserwacyjne, należy niezwłocznie skontaktować się z producentem lub lokalnym dystrybutorem sprzętu.

Należy zaprzestać użytkowania produktu w przypadku wystąpienia opisanych poniżej okoliczności. Następnie należy odłączyć zasilanie i wyciągnąć wtyczkę z kontaktu.

Przypadkowe zachłapanie wodą lub innym płynem produktu lub sterownika.

Wykrycie uszkodzenia jakiegokolwiek akcesorium lub wewnętrznego komponentu.

Nietypowa reakcja organizmu lub odczucie silnego bólu w czasie ćwiczeń.

Awaria zasilania.

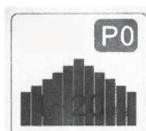
Burza lub wyładowania atmosferyczne.

## Wtyczka i kabel zasilania

Należy sprawdzić, czy napięcie jest zgodne z napięciem określonym dla produktu. Nie wolno wyciągać wtyczki mokrą ręką, ponieważ może to prowadzić do porażenia prądem. Podczas wyciągania należy trzymać za wtyczkę a nie za kabel. Należy odłączyć zasilanie i wyciągnąć wtyczkę zasilania w przypadku przedłużającej się awarii zasilania. Należy zaprzestać używania produktu, jeżeli uszkodzeniu uległa karta zasilania. Należy wyłączyć przycisk zasilania, wyciągnąć wtyczkę i skontaktować się z serwisem technicznym w celu naprawy.

## Funkcja produktu





**P0** - rozciąganie mięśni brzucha



**P1** - rozciąganie relaksacyjne



**P2** - łagodne ruchy rozciągające



**P3** - rozciąganie biegowe



**P4** - rozciąganie przy joggingu



**P5** - rozciąganie przy szybkim chodzie



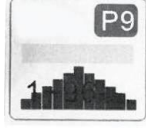
**P6** - rozciąganie przy chodzie



**P7** - średnio intensywne rozciąganie



**P8** - intensywne rozciąganie



**P9** - ćwiczenia serca





**START/ STOP:** W celu uruchomienia produktu należy włączyć wtyczkę, załączyć zasilanie i przycisnąć klawisz. Przyciśnięcie tego klawisza w czasie pracy maszyny powoduje jej zatrzymanie.

**TIME-:** Skrócenie czasu pracy: zadany czas pracy wynosi 10 minut w rozbiściu na 10 poziomów. Aby skrócić czas, należy przycisnąć ten klawisz.

**Speed+:** Zwiększenie prędkości: Ręcznie 1-20. Aby zwiększyć prędkość w czasie pracy maszyny, należy przycisnąć ten klawisz.









**TIME+:** Zwiększenie czasu pracy: zadany czas pracy wynosi 10 minut w rozbiściu na 10 poziomów. Aby wydłużyć czas, należy przycisnąć ten klawisz.

**SPEED-:** Zmniejszenie prędkości: Ręcznie 1-20. Aby zmniejszyć prędkość w czasie pracy maszyny, należy przycisnąć ten klawisz.



**Uwaga:** Efektywny zasięg sygnału pilota wynosi 2,5 metra. Wskaźnik podczerwieni sterownika powinien być nakierowany na okienko odbioru sygnału w podczerwieni na produkcie.

## Sposób użytkowania

			
POZYCJA DO TRENINGU CAŁEGO CIAŁA: Stań na platformie, ustawiając stopy na szerokość ramion. Umożliwia to usprawnienie krążenia.	PRZYSIAD: W przysiadzie rozstaw stopy na szerokość ramion. Jeśli możesz, to zegnij kolana pod kątem 90 stopni i pozostań w tej pozycji. Pozycja ta jest idealna do treningu ud.	POMPKA: Rozstaw ręce na szerokość ramion. Jeżeli potrzebujesz bardziej intensywnego treningu mięśni, ugnij łokcie pod kątem 90 stopni i utrzymaj tę pozycję.	DOLNE PARTIE NÓG: Ułóż dolne partie nóg na platformie zgodnie z ilustracją, opierając się na rękach ustawionych za plecami. Jeżeli potrzebujesz bardziej intensywnego treningu, unieś pośladki z podłogi opierając się na łydkach.
			
SKŁON W TALII: Rozstaw nogi, wykonaj skłon i połóż dłonie na platformie. Ugnij łokcie, jeśli potrzebujesz bardziej intensywnego treningu.	STANIE NA JEDNEJ NODZE: Postaw jedną stopę na platformie i odpręż się. Jeżeli potrzebujesz bardziej intensywnego treningu, pochyl się do przodu, przenosząc ciężar ciała na platformę.	POZYCJA SIEDZĄCA I: Usiądź na platformie wibrującej i wyprostuj plecy.	POZYCJA SIEDZĄCA II: Postaw stopy na platformie, siedząc na krześle. Jest to świetny sposób na rozluźnienie i usprawnienie krążenia w nogach.

## Funkcje i cechy

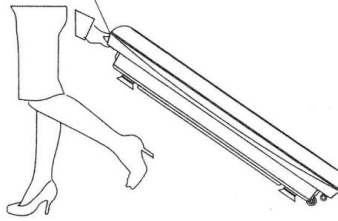
**Kształtowanie sylwetki:** wykorzystując relaksujące wibracje i kołysanie o dużej częstotliwości w połączeniu z różnymi pozycjami treningowymi, maszyna ta może głęboko stymulować tkankę mięśniową, aby zmniejszyć nagromadzoną tkankę tłuszczową, przywrócić elastyczność mięśniom, wyrzeźbić piękną sylwetkę oraz dodać energii i pewności siebie użytkownikom.

**Ćwiczenia:** Korzystając z tradycji kultury chińskiej w zakresie dbania o zdrowie i kondycję, zgodnie z zasadami Kung Fu, buddyzmu, taoizmu, maszyna opiera się na treningu pasywnym, umożliwiając ćwiczenie w domu, we względnie statyczny sposób, co prowadzi do relaksacji umysłu i ciała, uśmierzenia bólu, eliminacji zmęczenia, usprawnienia krążenia. W rezultacie nabierasz siły i wzmacniasz swoje zdrowie.

## Sposób przestawiania

Przy obu końcach osłony środkowej znajdują się uchwyty. Podczas przestawiania produktu należy unieść koniec naprzeciwko układu kołowego, uchwycić za uchwyt i przesunąć produkt w odpowiednie miejsce.

### Uchwyt



## Przechowywanie i pielęgnacyjne czyszczenie powierzchni

Przed czyszczeniem należy upewnić się, że zasilanie jest odłączone, a wtyczka wyjęta z gniazdka. Gumowy pedał i osłony można czyścić szmatką zwilżoną detergentem, a nadmiar detergentu należy usunąć szmatką.



**UWAGA:** Nie wolno czyścić produktu środkami powodującymi korozję, takimi jak benzen lub rozcieńczalnik, które mogą prowadzić do odbarwienia, rdzewienia lub pęknięcia produktu. Należy unikać zachlapania produktu wodą, co mogłoby prowadzić do zwarcia.

**STEROWNIK:** Ponieważ użycie wilgotnej szmatki może prowadzić do usterek, należy korzystać jedynie z suchej szmatki.

## Przechowywanie i konserwacja

Przed czyszczeniem należy upewnić się, że zasilanie jest odłączone, a wtyczka wyjęta z gniazdka. Należy usunąć pył i brud z produktu. Produkt powinien być przechowywany w stanie czystym poza miejscami o wysokiej temperaturze i wilgotności.

W przypadku niekorzystania z produktu przez dłuższy okres czasu, na produkt należy założyć osłonę pyłową (do nabycia przez użytkownika), chroniącą przed dostępem kurzu i pyłu.

## Częste problemy i ich rozwiązania

1. Zatrzymanie awaryjne: Lampka LED na konsoli pokazuje „ER-3”. LED na wyświetlaczu miga trzy razy.
2. Błąd połączenia: Lampka LED na konsoli pokazuje „ER-4”. LED na wyświetlaczu miga cztery razy.
3. Uszkodzenie przewodu zasilania: Lampka LED na konsoli pokazuje „ER-5”. LED na wyświetlaczu miga pięć razy.
4. Przeciążenie prądem: Lampka LED na konsoli pokazuje „ER-6”. LED na wyświetlaczu miga sześć razy.
5. Usterka silnika: Lampka LED na konsoli pokazuje „ER-7”. LED na wyświetlaczu miga siedem razy.
6. Blokada silnika: Lampka LED na konsoli pokazuje „ER-8”. LED na wyświetlaczu miga osiem razy.
7. Niskie napięcie: Lampka LED na konsoli pokazuje „ER-8”. LED na wyświetlaczu miga dziewięć razy.

## Specyfikacja techniczna

Napięcie znamionowe: 220-240 VAC 100-120 VAC

Moc znamionowa: 200 W

Częstotliwość znamionowa: 50/60 Hz

Maksymalna waga użytkownika: 150 kg



Щоб забезпечити належну роботу виробу, будь ласка, уважно прочитайте цей КЕРІВНИК ДЛЯ ВИКОРИСТАННЯ перед використанням та зверніть особливу увагу на заходи безпеки.

## Contents

Заходи безпеки.....	20
Функція продукту.....	21
Програми.....	22
Функція контролера.....	23
Використання.....	24
Переміщення.....	25
Очищення та обслуговування.....	25
Поширені проблеми та рішення.....	25
Технічна специфікація.....	25

## Заходи безпеки

Навколишнє середовище для використання

Не використовуйте виріб у вологому або запиленому середовищі, щоб уникнути ураження електричним струмом або поломки механічних деталей.

Не використовуйте виріб, коли температура в приміщенні перевищує 40 ° С. Не використовуйте виріб на відкритому повітрі або під прямими сонячними променями. Будь ласка, використовуйте виріб на плоскій підлозі.

**Будь ласка, почекайте одну годину, перш ніж використовувати виріб, коли він буде переведений з низької на високу температуру, щоб запобігти конденсації водяної пари на машині та спричиненню будь-якої несправності.**

Людам за таких умов нижче не рекомендується користуватися Продуктом

Перед використанням настійно рекомендується проконсультуватися з лікарем

Пацієнти, які перебувають на лікуванні або почуваються погано;

Пацієнти зі злаякісною пухлиною;

Вагітні жінки або жінки в менструальний період;

Люди з серцевими захворюваннями;

Хворі на остеопороз;

Люди з імплантованим серцевим ритмом або іншим медичним електронним інструментом;

Люди зі штучною кінцівкою; Люди, чутливі до вібрації та виснажливих фізичних вправ.

Повідомлення під час експлуатації

Перед використанням роздягніть годинник, браслет, зателефонуйте за телефоном чи іншим цінним предметам, а також ключі, ніж або інші предмети, що вживають агресивні засоби, щоб уникнути пошкодження або травмування тіла. Не паліть під час використання Вироба.

Будь ласка, не використовуйте Продукт разом з іншим медичним обладнанням. Будь ласка, не використовуйте Продукт для лікування. Не використовуйте Продукт відразу після їжі або напою.

Під час використання, будь ласка, тримайте дитину чи домашню тварину подалі від Продукту.

Забороняється засовувати пальці або інші сторонні тіла в щілину між середньою кришкою та базовою кришкою.

Під час користування Продуктом необхідний нагляд за дітьми до 10 років та віком від 60 років.

Навантажувальна здатність виробу становить 150 кілограмів; людям, які перевищують цю вагу, не рекомендується користуватися Продуктом. Цей продукт обмежений лише для однієї особи.

**УВАГА**

Несанкціонований демонтаж, розбирання або оновлення заборонені, щоб запобігти ураженню електричним струмом або будь-яким несправностям. Будь ласка, негайно зверніться до виробника або до місцевого дилера, якщо потрібні будь-які сервісні роботи.

Припиніть використовувати Виріб під Виробом у нижченаведених умовах, потім вимкніть живлення та вийміть вилку з джерела живлення.

Вода або інша рідина випадково потрапляє на виріб або контролер. Будь-які аксесуари виявляються пошкодженими або оголюються внутрішні компоненти.

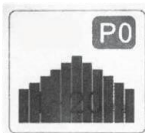
Під час використання відчувайте ненормальний або сильний біль. Збій живлення.

Гроза або освітлення погоди.

**Вилка та шнур живлення**

Перевірте, чи відповідає напруга напрузі, вказаній для виробу. Не втягуйте шнур живлення мокрою рукою, щоб уникнути ураження електричним струмом. Тримайте вилку, а не шнур живлення, щоб витягнути шнур живлення. Вимкніть вимикач живлення та вийміть штепсельну вилку з електромережі, якщо електричний збій тривалий час не використовується. Припиніть використовувати виріб, якщо картка живлення пошкоджена, вимкніть перемикач живлення, витягніть вилку та зверніться до техніків для ремонту.

**Функції продукту**



**P0** - розтягування живота



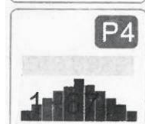
**P1** - розслабте розтяжку



**P2** - м'яким рухом розтягування



**P3** - біг розтяжка



**P4** - бігові розтяжки



**P5** - швидка ходьба розтяжка



**P6** - ходьба розтяжка



**P7** - середня розтяжка



**P8** - високий рівень розтяжки



**P9** - розтягування серця



**СТАРТ / СТОП:** Вставте вилку живлення, увімкніть живлення, а потім натисніть кнопку, щоб запустити виріб. Під час роботи машини натисніть цю кнопку, щоб припинити роботу.

**TIME-** Зменшення часу: робочий час за замовчуванням - 10 хвилин, розділений на 10 рівнів, натисніть цю кнопку, щоб зменшити час.

**Speed+**: Збільшення швидкості: вручну 1-20. Натисніть цю кнопку, щоб збільшити швидкість, коли машина працює.








**TIME+**: Збільшення часу: робочий час за замовчуванням - 10 хвилин, розділений на 10 рівнів, натисніть цю кнопку, щоб збільшити час.

**SPEED-**: Зниження швидкості: вручну 1-20. Натисніть цю кнопку, щоб зменшити швидкість, коли машина працює.



**Примітка:** Ефективний діапазон прийому сигналу пульта дистанційного керування становить 2,5 метри, інфрачервоний індикатор випромінювання контролера повинен бути суміщений з інфрачервоним вікном прийому на виробі.

## Використання

			
<p><b>ЦІЛО-ТІЛО-ВПРАВА ВСТАНОВЛЕННЯ:</b> Встаньте на тарілку і витягніть ноги так само широко, як плечі. Це допоможе поліпшити загальний кровообіг і м'язовий тонус.</p>	<p><b>ПОСТАЦЯ НА ПРИСІДНІ:</b> Під час присідання витягніть ноги на ширині плечей і зігніть коліна до 90 градусів, якщо зможете, і утримуйте положення. Це чудово підходить для тренування стегна.</p>	<p><b>ПЕРЕДАЧА:</b> Витягніть руки так широко, як ваші плечі. Якщо ви хочете більше вправляти м'язи, зігніть лікті до 90 градусів і утримуйте це положення.</p>	<p><b>НИЖНЯ ПОСТАВА НІГ:</b> Покладіть нижню частину ніг, як шоу, на тарілку, тримаючи руки за спиною на гру. Для глибших вправ підніміть сидіння від підлоги і натисніть на своє телята.</p>
			
<p><b>ПОШУК ПОГОЛОКУ:</b> Витягніть ноги, зігніть попереки і покладіть руки на тарілку. Зігніть лікті для глибших вправ.</p>	<p><b>ОДНОНОГА ПОСТА:</b> Покладіть одну ногу на пелюшку і розслабтеся. Для більш глибоких вправ киньтеся вперед, поклавши більше ваги на пластину.</p>	<p><b>ПОСИЛАННЯ СІДИ I:</b> Сиди сидницями на коливальній пластині. Сідайте зручно, тримаючи спину прямо.</p>	<p><b>ПОСИЛАННЯ СІДІННЯ II:</b> Покласти ноги на тарілці, сидючи на стільці. Це чудовий спосіб послабити напругу і може допомогти поліпшити кровообіг в ногах.</p>

## Функція та особливості

**Краса тіла:** спокійною та високочастотною вібрацією та коливанням у поєднанні з різними позами фізичних вправ, ця машина може глибоко стимулювати м'язову тканину, знижувати накопичення жиру, відновлювати еластичність м'язів, ліпити красиву форму тіла, а потім робити користувачів віталізованими та відчувати впевненість у собі.

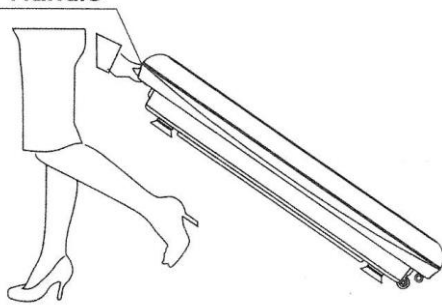
**Вправа:** Позичте ідеї здоров'я та фітнесу у традиційних китайських культур, таких як кунг-фу, буддизм, даосизм, він виступає за пасивні фізичні вправи, які дозволяють вам вправляти вправу відносно статично, щоб розслабити розум і тіло, відчувати біль і болючість, втома поміталася, внутрішня кровообіг покращився, то зробиш вас сильнішими та здоровішими.



## Переміщення

Ручка - дві ручки розроблені на обох кінцях середньої кришки. Під час переміщення Вироби підніміть кінець, протилежний ріщинусу, візьміться за ручку і перемістіть Виріб у потрібне місце.

### Ручка



## Зберігання та обслуговування Чищення поверхні

Перед чищенням переконайтеся, що вимикач живлення вимкнено, а вилка, що кріпиться, витягнута з розетки. Гумову педаль та кришки можна почистити мокрою ганчіркою, що містить миючий засіб, а миючий засіб слід видалити ганчіркою.



**ПРИМІТКА:** Не чистіть виріб агресивними миючими засобами, такими як бензол або розчинник, оскільки це може призвести до вицвітання, корозії або тріщин на Виробі. Не розбризкуйте воду у виріб, щоб уникнути короткого замикання.

### КОНТРОЛЕР

Оскільки волога тканина може спричинити несправність контролера, використовувати можна лише суху тканину.

## Зберігання та обслуговування

Переконайтеся, що вимикач живлення вимкнено, а штепсель вийнято з джерела живлення. Очистіть пил і бруд на Виробі та тримайте його в чистоті та подалі від місць з високою температурою або високою вологістю.

Якщо Виріб не використовується протягом тривалого періоду, на Виробник слід накласти пілонепроникний чохол (але сам), щоб запобігти потраплянню пилу.

## Поширені проблеми та рішення

1. Аварійна зупинка: Світлодіод на консолі показує „Er-3”, світлодіод на друкованій платі блимає три рази.
2. Помилка елдключення: Світлодіод на консолі показує “ ER-4 ”, світлодіод на друкованій платі блимає чотири рази.
3. Демадж електронної силової трубки: Світлодіод на консолі показує „ER-5”, світлодіод на друкованій платі блимає п'ять разів.
4. Поточне перевантаження: Світлодіод на консолі показує “ ER-6 ”, світлодіод на друкованій платі блимає шість разів.
5. Аномалія інженера: Світлодіод на консолі показує "ER-7", Світлодіод на друкованій платі блимає сім разів.
6. Заблокований інженер: Світлодіод на консолі показує „ER-8”, світлодіод на друкованій платі блимає вісім разів.
7. Низька напруга: Світлодіод на консолі показує „ER-9”, світлодіод на друкованій платі блимає дев'ять разів.

## Технічна специфікація

Номінальна напруга: 220-240 VAC 100-120

VAC Номінальна потужність: 200 W

Номінальна частота: 50/60 Hz

Максимальна вага користувача: 150 кг

